



Dinkel-Ruchbrot mit Sauerteig

Ein Dinkelruchbrot nur mit Sauerteig, ohne Hefe. Ich strebte eine eher grossporige, lockere Krumme an, darum habe ich den Teig eher feucht geführt und mit einem Kochstück gearbeitet. Geschmacklich war ich sehr zufrieden: Kräftiges, aber nicht aufdringliches Aroma, die Sauerteignote zurückhaltend. Die Krumme weich und fluffig. Der mit Hefe gebackenen Version recht ähnlich (Soweit meine Erinnerung). Wegen dem sehr weichen Teig ist das Brot etwas flach geworden und warum die Porung so unregelmässig geworden ist weiss ich nicht, vielleicht hab ich es zu oft gefaltet.

Zutaten

Sauerteig:

60g Dinkelruchmehl

40g Roggenvollkorn

20g Roggenanstellgut

100g Wasser

Kochstück:

30g Dinkelruchmehl

150g Wasser

9g Salz

Hauptteig:

Sauerteig

Kochstück

250 Dinkelruchmehl

80g Wasser

Zubereitung

Sauerteigzutaten mischen und bei Zimmertemperatur 16 Stunden reifen lassen.

Kochstück:

Dinkel und Salz mit dem Schwingbesen in kaltes Wasser einrühren. Unter ständigem rühren zum Kochen bringen. Sobald es blubbert von der Herdplatte ziehen und 2-3 Minuten weiterrühren. Auskühlen lassen und mind. 1 Stunde (max. 1 Tag) im Kühlschrank ruhen lassen.

Hauptteig:

Sauerteig und Kochstück zusammen mit dem Mehl und 70g Wasser mit der Maschine auf langsamer Stufe kneten. Maximal 5-6 Minuten, eventuell mit dem Teigschaber etwas nachhelfen. Wenn der Teig an der Oberfläche Anzeichen von Fasern zeigt ist er gut. Dinkelteige dürfen nicht zu intensiv geknetet werden.

80g Wasser waren etwas zuviel, vermutlich reichen 60g aus.

Teig 80 Minuten ruhen lassen, dabei alle 20 Minuten mit dem Teigschaber falten. 5 mal, das war vielleicht etwas zuviel.

Anschliessend mit Schluss nach oben in ein gut bemehltes Garkörbchen geben und 90 Minuten gehen lassen. Auf den heissen Backstein stürzen, überschüssiges Mehl abpinseln und bei Bedarf einschneiden.

Zuerst 10 Minuten mit Dampf bei 250° backen. Dampf ablassen und weitere 20 Minuten bei 220° backen. Das genügte für das relativ flache Brot, ist der Laib dicker, 5-10 Minuten länger backen.

